

## 西郷区介護教室2008 調理実習編

去る3月19日に、社協西郷事業所主催にて、講師に日向市より臨床で日々100食の献立を手掛ける管理栄養士を招き、「飲み込みやすい食事」をテーマに5品の調理実習を行いました。レシピ片手に「魚のおろし煮」「じゃが芋餅の味噌すいとん」「ロール白菜」「里芋の照り焼き」に挑戦し、普段とは違う慣れない場所と器具に、参加者は時々分量を間違えて大笑いしながら、楽しい雰囲気の中でなかなか美味しい5品が出来ました。

今、介護を必要とする人の中には残念なことに自分の口で食べられない方が増えています。しかし最期まで食べる意欲を家族として支えていただきたいですね。

実習では「作って見たら意外と簡単ね。これなら家でも作れるかな。」と言う嬉しい感想をいただきました。お忙しい中にたくさんの出席をいただき本当に有り難うございました。2009年も楽しく生活に役立つ企画を予定しております。今後の介護教室の参加もよろしくお願ひいたします。



## 北郷区一人暮らし高齢者食事会編

3月24日に北郷区で一人暮らしの高齢者を対象にバイキング昼食会を開催しました。

参加された方は30名で、日赤・JAボランティア10名が作った手料理をいただき、「きららびじょん」が編集した昔の映像を見て、懐かしい思い出話に花を咲かせていました。

参加された男性の方は「一人暮らしになって10年以上経ち、身の回りのことは何でもするが、一人での食事は味気ない。このような食事会をしてもらって嬉しい」と楽しい時間を過ごしていました。



とても楽しい…  
一日でしたね♪



## 『匠の会』ボランティア 宮崎県シニアパワー章 受章

美郷社協の呼びかけで設立された、元大工職人で構成するボランティア組織「匠の会」(西郷5名・南郷7名・北郷6名)が、宮崎県の提唱する高齢者の知恵、経験、技能、意欲などのシニアパワーを生かして、社会に貢献する運動「みやざきシニアパワー章」に、その活動が認められ、3月26日、県庁知事室にて、東国原知事より表彰を受けました。

表彰式には、北郷区の中田宗俊さん、南郷区の甲斐仁さん、西郷区の田原康生さんの3名が代表として出席しました。

匠の会では、「栄えある表彰に恥じないよう、今後、益々地域に貢献したい」と喜びと、今後の決意を述べていました。



### 【匠の会とは】

匠の会(元大工ボランティア活動団体)の活動は、高齢者等が日常生活の中で、ちょっとした住宅の悩み、不自由を元大工さんがその改修をすることにより、高齢者等が自宅での生活を安心してできるように支援しているボランティア活動です。

活動の例を挙げますと、日常生活の中で、体の動きが不自由な方の住宅が老朽化等に伴い、玄関、ふすま、トイレ等、戸の開け閉めがきつく、体力の落ちている高齢者等の力では、開け閉めができない部分の修繕を行う等、元気な高齢者(匠の会)が困っている高齢者を助けるボランティア活動になっており、支援を行う匠のメンバーも、技能を活かした生きがいの活動となっており、シニアパワーを活かした地域の支え合いにつながっています。

住宅改修等制度の該当に漏れる部分の改修支援活動、また、細かすぎて業者に依頼しづらい仕事、年金で生活を営んでおられる高齢者の負担を軽減する活動にもなっており、今後も、高齢化の高い地域独特の支え合いのボランティア活動として、地域に根付かせていきたいと思ひます。

## 最近実施した匠の会活動報告編

北郷区の木製雨戸が動かなくなっていた单身女性高齢者宅にて活動を実施いたしました。

匠の会のメンバーである中田宗俊さん、日高正幸さんが訪れると、瞬時に状況を判断、ジャッキなどの工具を取り出し修理にかかりました。

女性は「自分の力ではどうすることもできず、雨戸は半分しか閉められなかった。10年ぶりぐらいに全部雨戸が閉まった」と喜んでいました。



南郷区の单身女性高齢者宅において床下の老朽化による床の張替え修繕活動を実施いたしました。

匠の会のメンバーである甲斐仁さんの、経験を活かした巧みな技術により、抜け落ちそうな危険な床が改修され、「今後、安心して生活を送れます。ありがとうございました。」と大変喜んでおられ、当日の活動を終えました。



●一人暮らし等で簡単な修理『匠の会』ボランティアの依頼は、社会福祉協議会各事業所まで御相談下さい

・南郷事業所 59-0787 ・西郷事業所 66-2464 ・北郷事業所 62-6191